

## Månadens profil



Bild: Jenny Forander

### Daniel Harre

Förbundsordförande  
Spelberoendes Riksförbund

Det har nu gått lite drygt ett år sedan jag fick förtroendet som ordförande i Spelberoendes Riksförbund. Det har varit en otroligt spännande resa såhär långt och det har gjort det väldigt tydligt för mig att vår verksamhet är viktig i samhället. Viktigare än jag kanske först trodde. Dels för att våra självhjälpsmöten gör enorm skillnad för både spelare och anhöriga. Dels för att det finns ett stort kunskapsglapp kring spelberoende i samhället som jag tror att vi kan bidra till att minska.

Jag är själv spelberoende men har varit spelfri sedan hösten 2017. Mitt beroende utvecklades under de år som jag arbetade som croupier för Casino Cosmopol i Göteborg samt för Bell Casino i Norge. Roulette och poker var min drog på den tiden, men det var först många år senare, när jag började spela på onlineslots, som det till slut spårade ur fullständigt. Det resulterade i att jag kraschade, både ekonomiskt och mentalt, och hamnade hos Spelberoendes Förening i Göteborg.

Genom att gå på föreningens självhjälpsmöten har jag lärt mig otroligt mycket om både mig själv och om mitt och andras beroenden. Det, tillsammans med stödet från min familj, har varit nyckeln till att jag kunnat förbli spelfri.

Vad är det då med självhjälpsmöten som hjälpt mig? För mig är det i huvudsak tre saker som jag tror varit direkt avgörande. Det första är gemenskapen. Att få träffa andra människor som går, eller har gått, igenom liknande skeden som jag själv. Att inte längre känna mig ensam med skam, ångest och självförakt utan istället förstå att det är konsekvenser av beroendet. Det andra är hur jag genom reflektion och självinsikt kommit att bli en helt ny människa, en bättre människa. Genom att ta del av andra människors perspektiv och erfarenheter har jag kunnat se mig själv med andra ögon och därmed

finna saker jag inte kunnat se på egen hand. Det är otroligt hur stark kraften i att lyssna och dela med sig kan vara. Sist, men inte minst, är det känslan av att göra skillnad som tagit mig dit jag är idag. Att jag, genom att dela med mig av mina upplevelser, får möjlighet att hjälpa andra som har problem är inget mindre än magiskt.

Det är det sistnämnda, möjligheten att hjälpa andra, som gjort att jag befinner mig där jag är idag.

---

---

## Aktuella händelser



### Om undersökningen spel om pengar, unga och föräldrar (USUF 2021)

- utfördes med hjälp av Statisticon, urval från SCB.
- inkluderar spelfrågor, men även frågor om dataspel, skola/sysselsättning samt frågor om till exempel hälsa, alkohol, narkotika, tobak, och ekonomi
- kompletterar Swelogs 2021

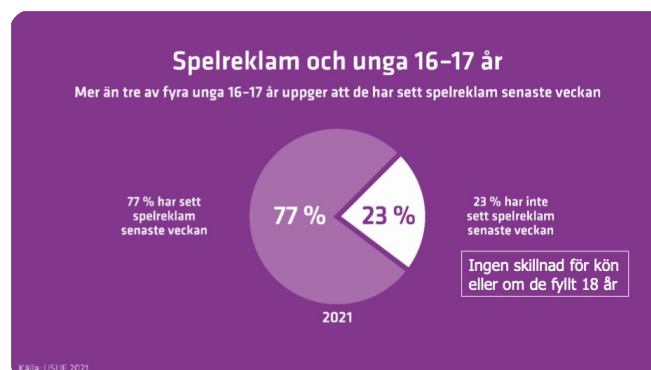


### FOLKHÄLSOMYNDIGHETENS UNDERSÖKNING KRING SPEL HOS UNGA

Folkhälsomyndigheten har under 2021 genomfört en undersökning kring spel om pengar bland unga och den visar på en hel del intressanta mönster.

En av sakerna vi reagerade på var att trots att spelreklam inte får rikta sig till minderåriga så hade mer än 75% av alla 16- och 17-åringar sett spelreklam senaste veckan. Det visar ju ganska tydligt att det sätt reklam visas på idag inte håller för att skydda våra unga. Samtidigt svarar 90% i gruppen 16-19 år och som inte har spelproblem att reklamen påverkat dem att spela, spela oftare eller för mer pengar än de tänkt.

Att unga utan spelproblem och som inte ens ska spela både exponeras för och påverkas av spelreklam är något vi absolut inte kan blunda för utan det måste undersökas vidare.



Något vi också fann intressant och reagerade på var hur många under 18 som faktiskt spelat trots att de inte ska ha möjlighet att göra det.

En del av förklaringen kan vara att 30 procent av föräldrarna uppger att de köpt lotter till sina barn och 30 procent att de låtit barnen vara med och spela. Här tänker vi att det är viktigt att förmedla kunskap till föräldrar om riskerna med spel om pengar. Faktum är att många av de som kommer till oss berättar om ett intresse för spel som började i samband med att de spelade tillsammans med familj, släkt eller vänner. Idag vet vi mer om farorna med spel och bör kämpa för att sprida den kunskapen till både unga och föräldrar.



[Läs mer på FoHMs hemsida](#)



### FÖRELÄSNING LERUMS HOCKEY

Under april var vi och föreläste för Lerum Hockeys A-lag och juniorer kring spelberoende och spel om pengar. Denna händelse är inte unik då vi ständigt är ute och föreläser för olika aktörer, men vi vill ändå ta tillfället i akt och påminna om vikten av att våga prata om ämnet.

Vi vet att spel är vanligt förekommande i idrottsklubbar runt om i landet och det är inte ovanligt att idrottsprofiler söker sig till oss för hjälp.

Därför är det viktigt att idrottsklubbar har en handlingsplan för att hantera ämnet. Har ni kunskap om spelberoende och dess riskfaktorer? Hur pratar ni om det i klubben? Vart kan spelare som misstänker att de själva eller en kamrat har problem vända sig?

Låt gärna Spelberoendes Riksförbund vara en del av er förenings förebyggande arbete mot spelberoende. Tillsammans är vi starka.

## Vårt fokus just nu



### Styrelsearbete

Precis som förra månaden lägger vi mycket fokus på hur vi som ny styrelse vill driva förbundet framåt och vad som krävs för att göra det.

Vad är vår vision och vilka mål måste vi sätta upp för att nå dit?



### Samverkan

Nyckeln till att förebygga spelberoende ligger i samverkan och därför måste vi hela tiden sondera vilka aktörer vi kan sträcka ut en hand till för att utveckla vår verksamhet.

Tillsammans når vi fler.



### Finansiering

Vi undersöker vad vi kan göra för att säkra en långsiktig trygghet i vår ekonomi så att det finns utrymme för utveckling.

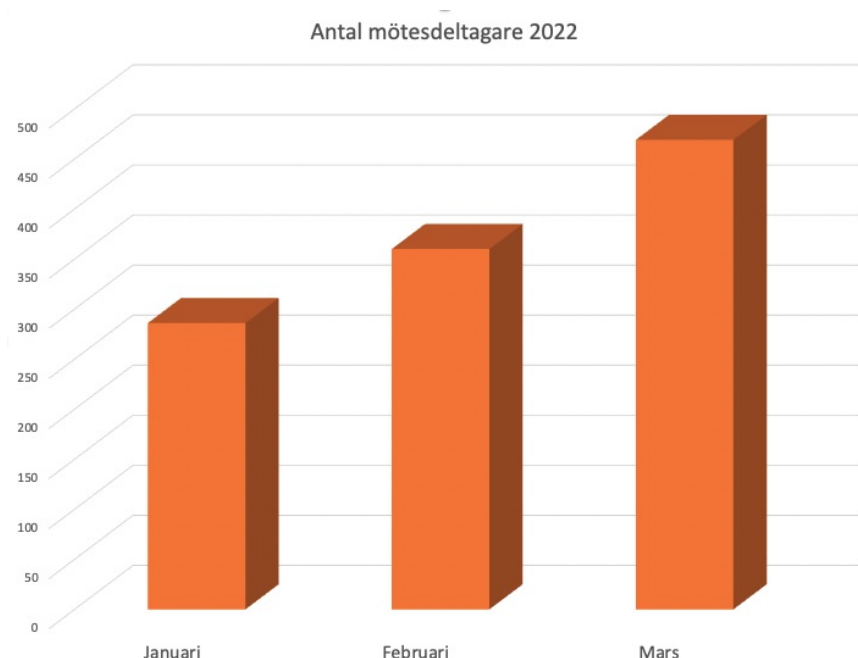
Dessvärre är de medel vi får långt ifrån tillräckliga för att täcka det behov av självhjälp som finns.

---

---

## Visste du att...?

Antalet mötesdeltagare hos oss har ökat för varje månad under 2022?



Under 2022 har andelen mötesdeltagare på våra större föreningar ökat markant för varje månad. Dels kan detta bero på vi ser att fler deltagare hittat tillbaka till våra fysiska möten. Dels kan det vara en effekt av att vi synts och hörts mer. Oavsett vad visar det åtminstone tydligt att behovet av självhjälpsmöten finns. Kommer trenden att hålla i sig under året eller plana ut? Det återstår att se.

Det vi vet är dock att merparten av alla som behöver hjälp inte söker den. Därför är det viktigt att vi tillsammans inom både myndigheter och ideella föreningar arbetar för att inga människor i behov av hjälp tappas bort på vägen. Vi måste vara tillgängliga, ha kunskap om vilken hjälp som finns att få samt se till att det finns ekonomiska medel för att upprätthålla och utveckla detta.

Följ oss gärna på sociala medier

